

سوالات استخدامی مراقب سلامت آموزش و پرورش

مهمترین و سادهترین اقدام برای پیشگیری از انتقال میکروبها و بیماریهای واگیردار چیست؟

الف) استفاده از ماسک

ب) شستشوی صحیح و منظم دستها با آب و صابون

ج) استفاده از دستکش

د) عدم تماس با افراد بیمار

پاسخ صحیح: ب

رعایت نظافت در محیط مدرسه (کلاسها، راهروها، سرویسهای بهداشتی) چه اهمیتی دارد؟

الف) صرفاً برای زیبایی است

ب) جلوگیری از تجمع میکروبها و انتشار بیماریها در بین دانشآموزان و کارکنان

ج) باعث اتلاف وقت میشود

د) بیاهمیت است

پاسخ صحیح: ب

چه علائمی ممکن است نشانه ابتلای دانشآموز به بیماریهای شایع تنفسی مانند سرماخوردگی یا آنفولانزا باشند؟

الف) افزایش وزن ناگهانی

ب) تب، سرفه، عطسه، گلودرد، آبریزش بینی، بدن درد

ج) افزایش تمرکز

د) اشتهاى زیاد

پاسخ صحیح: ب

در صورت خونریزی بینی دانشآموز در مدرسه، اولین اقدام کمکی که مراقب سلامت باید انجام دهد چیست؟

الف) خواباندن فرد و بالا نگه داشتن سر

ب) نشان دادن فرد، خم کردن سر کمی به جلو و فشار دادن نرم پرههای بینی برای چند دقیقه

ج) فرو بردن پنبه در بینی

د) شستشو با آب گرم

پاسخ صحیح: ب

برای تمیز کردن یک زخم کوچک و سطحی (مانند خراشیدگی) روی پوست دانشآموز، استفاده از چه موادی توصیه میشود؟

الف) الكل صنعتی

ب) آب و صابون تمیز

ج) بتادین غلیظ

د) پودر بچه

پاسخ صحیح: ب

مصرف صبحانه سالم و مقوی قبل از شروع فعالیت‌های درسی چه تأثیری بر یادگیری و تمرکز دانش‌آموز دارد؟

الف) کاهش تمرکز

ب) تأمین انرژی لازم برای فعالیت‌های ذهنی و بهبود تمرکز و یادگیری

ج) ایجاد خواب‌آلودگی

د) بی‌تأثیر است

پاسخ صحیح: ب

فعالیت بدنی منظم و ورزش در سنین مدرسه چه فوایدی برای سلامت دانش‌آموزان دارد؟

الف) افزایش خطر بیماری

ب) تقویت سلامت جسمی و روانی، افزایش انرژی، بهبود عملکرد تحصیلی و پیشگیری از چاقی

ج) کاهش رشد قدی

د) افزایش خستگی مزمن

پاسخ صحیح: ب

در صورت مشاهده علائم شپش سر در موهای دانش‌آموز، اولین اقدام چیست؟

الف) نادیده گرفتن موضوع

ب) اطلاع‌رسانی محترمانه و فوری به والدین دانش‌آموز و ارائه راهنمایی‌های لازم برای درمان

ج) جدا کردن دانش‌آموز از مدرسه بدون اطلاع والدین

د) کوتاه کردن موی دانش‌آموز توسط مراقب سلامت

پاسخ صحیح: ب

برای پیشگیری از مسمومیت‌های غذایی در مدرسه، چه نکته‌ای را در مورد نگهداری مواد غذایی باید رعایت کرد؟

الف) نگهداری در دمای محیط برای مدت طولانی

ب) نگهداری مواد غذایی فاسدشدنی در یخچال یا فریزر در دمای مناسب

ج) خرید مواد غذایی از منابع نامعتبر

د) استفاده از مواد غذایی تاریخ مصرف گذشته

پاسخ صحیح: ب

نشانه‌ای که ممکن است بیانگر مشکل شنوایی در کودک یا نوجوان باشد چیست؟

الف) پرخاشگری

ب) بلند کردن صدای تلویزیون یا رادیو، پاسخ ندادن به صداها، یا مشکل در پیگیری گفتگوها

ج) اشتهای زیاد

د) علاقه زیاد به مطالعه

پاسخ صحیح: ب

مراقب سلامت مدرسه چه نقشی در ارتقاء آگاهی دانش‌آموزان درباره بهداشت فردی و عمومی دارد؟

الف) نقشی ندارد

ب) برگزاری کلاس‌های آموزشی، توزیع مطالب آموزشی، و ارائه راهنمایی‌های بهداشتی به صورت فردی و گروهی

ج) صرفاً نظارت بر رعایت قوانین

د) انجام کارهای اداری صرفاً

پاسخ صحیح: ب

در صورت مشاهده علائم افسردگی یا اضطراب شدید در دانش‌آموز، چه اقدامی توسط مراقب سلامت توصیه می‌شود؟

الف) نادیده گرفتن علائم و انتظار برای بهبود خودبه‌خودی

ب) گفتگو با دانش‌آموز، اطلاع‌رسانی به مشاور مدرسه و در صورت لزوم ارجاع به متخصص

ج) سرزنش دانش‌آموز

د) توصیه به استراحت مطلق بدون پیگیری

پاسخ صحیح: ب

استفاده از مواد شوینده و ضدعفونی‌کننده در محیط مدرسه برای نظافت سرویس‌های بهداشتی چه اهمیتی دارد؟

الف) باعث ایجاد بوی نامطبوع می‌شود

ب) از بین بردن میکروب‌ها و عوامل بیماری‌زا برای حفظ بهداشت و سلامت محیط

ج) آسیب رساندن به سطوح

د) بی‌اهمیت است

پاسخ صحیح: ب

واکسیناسیون دانش‌آموزان در سنین مدرسه چه اهمیتی دارد؟

الف) باعث ایجاد بیماری می‌شود

ب) پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های عفونی جدی و کمک به سلامت جمعی

ج) بی‌اهمیت است و مضر

د) صرفاً برای سفرهای خارجی است

پاسخ صحیح: ب

برای پیشگیری از حوادث و آسیب‌دیدگی در محیط حیاط و سالن ورزشی مدرسه، چه نکته‌ای مهم است؟

الف) عدم نظارت بر بازی دانش‌آموزان

ب) بررسی ایمنی وسایل و محیط، رعایت نظم و انضباط توسط دانش‌آموزان و نظارت کافی

ج) افزایش سرعت فعالیت‌ها

د) استفاده از وسایل آسیب‌دیده

پاسخ صحیح: ب

اهمیت خواب کافی و با کیفیت برای دانش‌آموزان چیست؟

الف) بی‌اهمیت است

ب) برای رشد جسمی و ذهنی، تمرکز، یادگیری و سلامت روانی ضروری است

ج) باعث تنبلی می‌شود

د) صرفاً برای استراحت بدن است

پاسخ صحیح: ب

مراقب سلامت مدرسه چگونه می‌تواند در ترویج عادات غذایی سالم در بین دانش‌آموزان نقش ایفا کند؟

الف) نادیده گرفتن بوفه مدرسه

ب) آموزش درباره گروه‌های غذایی، مضرات مصرف زیاد شیرینی و فست‌فود، و تشویق به مصرف میوه و سبزیجات

ج) ممنوع کردن تمام خوراکی‌ها

د) توصیه به رژیم‌های غذایی سخت

پاسخ صحیح: ب

در صورت مشاهده علائم حساسیت شدید (مانند ورم صورت، مشکل تنفس) در دانش‌آموز، اولین اقدام چیست؟

الف) دادن آب به دانش‌آموز

ب) تماس فوری با اورژانس و اطلاع‌رسانی به مسئولان مدرسه و والدین

ج) نادیده گرفتن علائم

د) انتقال دانش‌آموز به منزل

پاسخ صحیح: ب

آموزش نکات بهداشت فردی (مانند کوتاه کردن ناخن‌ها، شستشوی موها) به دانش‌آموزان در چه سنی باید آغاز شود؟

الف) فقط در سنین بالا

ب) از سنین پایین و به صورت مستمر

ج) فقط در صورت بروز مشکل

د) اختیاری است

پاسخ صحیح: ب

آخرین سوال: نقش مراقب سلامت در تیم سلامت مدرسه چیست؟

الف) صرفاً کار اداری

ب) ارائه خدمات بهداشتی اولیه، آموزش سلامت، پایش وضعیت سلامت دانش‌آموزان و همکاری با سایر اعضای تیم

ج) جایگزینی پزشک

د) صرفاً ثبت اطلاعات

پاسخ صحیح: ب